

# **ГРАЖДАНСКИЕ ПАРТНЕРСТВА:**

юридические, психологические  
и медицинские аспекты жизни  
однополых пар в Украине



*Дорогой читатель, в этой брошюре рассматриваются некоторые важные аспекты жизни однополых партнерств, которые существуют в Украине, но пока не признаются государством и/или обществом. Их составляют гомосексуальные, бисексуальные и/или трансгендерные люди.*

*К сожалению, данный вопрос практически не освещается в нашей стране. По данным единственного исследования, проведенного в 2009 году Региональным информационным и правозащитным центром для геев и лесбиянок «Наш мир» и Общественной организацией «Донбасс-СоцПроект», однополых пар (фактически – семей) в Украине насчитывается около 150 тыс. При этом постоянного партнера/партнершу на момент проведения исследования имели 62% опрошенных. У половины из них наиболее продолжительные отношения с однополым партнером/партнершей длились от одного года до пяти лет, у пятой части – от пяти до десяти лет.*

*Жизнь этих людей не так сильно отличается от жизни традиционных пар, как может показаться на первый взгляд. Так, примерно половина из них (47%) живут вместе и ведут совместное хозяйство. Из числа тех, кто живет вместе со своей «половиной», о четком разделении семейных обязанностей сообщила четверть опрошенных (24%). Десятая часть тех, кто имеет однополого партнера, сообщили о том, что в их паре воспитывался или воспитывается, по меньшей мере, один ребенок.*

*В данной брошюре акцентируется внимание на трех основных аспектах, которые могут влиять на однополые партнерства, – юридическом, психологическом и медицинском.*



## «ПОДВОДНЫЕ КАМНИ» И «СПАСИТЕЛЬНЫЕ ОСТРОВКИ» УКРАИНСКОГО ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА

Конституция Украины в ст. 51 определяет семью как «социальную конструкцию, находящуюся под особой защитой государства», что требует человеческих взаимоотношений, требующую поддержки и развития. Однако в силу ментальности украинского общества и законодателя вопрос легализации однополых партнерств, по мнению украинских властей, не является актуальным.

Более того, перед принятием антидискриминационной поправки в трудовое законодательство, запрещающей дискриминацию в сфере трудовой деятельности, в том числе по признаку сексуальной ориентации и гендерной идентичности, 12 ноября 2015 года из уст Председателя Верховной Рады Украины прозвучало следующее заявление: «Основными ценностями любого государства является человек и его права. Мы выступаем с вами

*за семейные ценности. Я слышу какие-то фейки, которые говорят о том, что в Украине могут быть однополые браки, но мы никогда это не будем поддерживать. Конечно, нам нужно утверждать семейные ценности. Я думаю, что может появиться в правительстве специальный уполномоченный по вопросам семьи, семейных ценностей, и мы докажем всему миру и себе, что согласны и способны выполнять свои обязательства перед миром, и мы готовы быть частью цивилизованного европейского мира...»*

Подобные высказывания являются противоречивыми, дискриминационными и весьма далекими от европейских взглядов, так как десять стран мира из девятнадцати, где узаконен однополый брак, находятся в Европе, а в четырнадцати странах Европы признаются гражданские партнерства. Принципы толерантности и недискриминации являются одними из основных ценностей европейского общества, что признала и Украина, внеся поправку о запрете дискриминации по признакам сексуальной ориентации и гендерной идентичности в Трудовой кодекс.

### **Однополый брак / партнерство / семья**

Статья 21 Семейного кодекса Украины (далее – СКУ) однозначно определяет брак как союз мужчины и женщины. Таким образом, заключить однополый брак в Украине невозможно. При желании двое украинцев/украинок могут это сделать в других странах (например, в Дании или Португалии), но никаких правовых последствий на Родине такой брак иметь не будет. Институт регистрируемого (гражданского) партнерства в Украине формально отсутствует как для разнополых, так и однополых пар.

Вместе с тем законодательство регулирует некоторые право-отношения для разнополых пар, не состоящих в браке, но проживающих вместе длительное время, игнорируя при этом однополые пары, находящиеся в схожих условиях. По мнению Европейского суда по правам человека, чьи решения являются обязательными для Украины, такое различие между разнополыми и однополыми парами является дискриминационным и должно быть исправлено.

Семейный кодекс Украины в ст. 3 определяет семью как первичную и основную ячейку общества, состоящую из лиц, которые совместно проживают, связаны совместным бытом, имеют взаимные права и обязанности. Там же приводятся основания для создания семьи – брак, кровное родство, усыновление, а также другие основания, не запрещенные законом и не противоречащие моральным устоям общества.

Если рассматривать однополую пару на соответствие этому определению семьи, то очевидно, что в части совместного проживания и быта эти понятия сопоставимы. Что касается взаимных прав и обязанностей в однополых парах, законодательно они никак не регулируются, хотя и существуют на межличностном уровне. В части же оснований, на которых создается семья, теоретически может подойти лишь крайне обтекаемая формулировка — «*другие основания, не запрещенные законом*». Однако на практике и она, скорее всего, не подойдет из-за противоречия природы однополых отношений так называемым «*моральным основам общества*» и «*традиционным ценностям*». Данное понятие не имеет правовой определенности, т.е. не определено юридически, по-этому все будет зависеть от субъективной оценки конкретного судьи.

Разумеется, в такой ситуации представители ЛГБТ-сообщества не имеют всей полноты прав и возможностей, которыми обладают гетеросексуальные супруги. Являясь гражданами Украины, работая и платя налоги в своей стране, они ограничены по целому ряду имущественных и неимущественных прав:

- право на совместное имущество;
- право на алименты;
- право на наследование;
- совместное социальное и медицинское страхование;
- льготное налогообложение и кредитование;
- право на общую фамилию;
- право не свидетельствовать в суде против партнера;
- право выступать доверенным лицом от имени партнера в случае его/ее недееспособности по состоянию здоровья;
- право на распоряжение телом партнера в случае смерти;
- право на совместное родительство и воспитание приемных детей;
- право на иммиграцию и другие права.

Как же на практике однополые пары могут регулировать свои отношения с помощью действующего украинского законодательства?

## **Право общей собственности**

По данным упомянутого выше исследования, в Украине живут вместе и ведут совместное хозяйство около половины однополых пар. Все они имеют в общей собственности то или иное имущество, которое приобреталось во время совместного проживания. Пока пара живет вместе, вопрос о разделе имущества не возникает. Однако жизнь есть жизнь, рано или поздно момент расставания может наступить для любой семьи, независимо от того, традиционная она или нет. Вот тут партнеры начинают вспоминать, кто что покупал, и думать, как это разделить. Мужчине и женщине, состоящим в законном браке, легче – государство о них уже позаботилось. Все нажитое ими в браке имущество (независимо от того, на чьи деньги оно было приобретено) по закону принадлежит им на правах общей совместной собственности и при разводе по решению суда будет разделено пополам (если ранее не был заключен брачный контракт, оговаривающий иные условия). Однополые же пары такого права лишены и вынуждены изыскивать способы урегулировать свои имущественные отношения с помощью действующего законодательства

Одной из таких лазеек может быть право общей собственности – им могут воспользоваться все граждане, независимо от того, являются они однополыми партнерами или нет. Согласно ст. 355 Гражданского кодекса Украины (далее – ГКУ), право общей собственности может быть долевым или совместным. Если доля каждого участника в предмете общей собственности четко выделена и зафиксирована, то такая собственность называется общей долевой собственностью. В случае общей совместной собственности доли партнеров не выделяются, и такая собственность принадлежит им в равной степени.

Право общей собственности должно быть оформлено в виде письменного договора и заверено нотариально. Только тогда оно имеет юридическую силу. В отличие от партнеров, состоящих в браке, которым не нужно заключать никаких договоров и оплачивать услуги нотариуса, однополые партнеры будут вынуждены каждый раз, когда возникает необходимость оформить новую покупку в виде совместной собственности, оплачивать соответствующие нотариальные услуги.

Право общей собственности может быть оформлено и на большее количество лиц. Например, если у однополой пары не хватает денег на приобретение квартиры, они могут взять их у кого-то из родителей в обмен на соответствующую долю в этой общей собственности.

Каждый из совладельцев общей собственности в соответствии со своей частью обязан принимать участие в расходах, связанных с содержанием общего имущества, уплате налогов и сборов, а также нести ответственность перед третьими лицами по обязательствам, связанным с такой собственностью. Так, например, если партнеры приобрели совместно автомобиль в соотношении долей 1:3, то и оплачивать расходы по его содержанию они должны в таком же соотношении. Если один из партнеров по согласию с другим производил такие расходы единолично или понес определенные затраты, связанные с улучшением/ремонтом общей собственности, то при ее разделе он вправе требовать увеличения своей доли в общем имуществе.

Распоряжение имуществом, находящимся в общей собственности, должно осуществляться по согласию всех совладельцев. Об этих и других нюансах, связанных с владением и распоряжением общей собственностью, можно подробно прочитать в гл. 26 ГКУ.

## **Право наследования**

Украинское законодательство предусматривает два вида наследования: по закону и по завещанию (ст. 1217 ГКУ). Наследование по закону наступает в том случае, если наследодателем при жизни не было составлено завещание. В отличие от лиц, состоящих в законном браке, гомосексуальные люди, в случае смерти одного из партнеров, проживавших фактически одной семьей, не могут быть наследователями по закону. Ими могут быть только родственники умершего. Таким образом, если умерший партнер ранее не оставил завещания в пользу живущего партнера, то даже родственник, которого умерший мог вообще не знать, будет иметь наследство больше прав, чем партнер, с которым они прожили «энное» количество лет и фактически вместе приобретали наследуемое имущество.

Еще один неприятный момент: если отсутствуют наследники по закону, а завещание на партнера не было составлено, все имущество умершего переходит в собственность государства (ст. 1277 ГКУ).

Таким образом, единственной возможностью распорядиться своим имуществом и гарантировать его наследование партнером является составление завещания. Согласно ст. 1235 ГКУ, определив в завещании единственным наследником своего партнера, наследодатель лишает наследства своих наследников по закону.

Но и тут есть свои нюансы! Наследодатель не может лишить наследства лиц, которые имеют право на обязательную часть в наследстве (п. 3 ст. 1235 ГКУ). Круг таких лиц устанавливается на момент открытия наследства, а проще говоря – на момент смерти наследодателя. В соответствии со ст. 1241 ГКУ, к таким лицам относятся: малолетние, несовершеннолетние,

совершеннолетние нетрудоспособные дети, а также нетрудоспособные вдова/вдовец и нетрудоспособные родители наследодателя. Они наследуют, независимо от содержания завещания, половину доли, которая принадлежала бы каждому из них в случае наследования по закону, так называемую обязательную долю. Размер обязательной доли может быть уменьшен судом с учетом отношений между такими наследниками и наследодателем, а также других обстоятельств, имеющих существенное значение. Например, если умерший партнер оставил по завещанию все свое имущество живущему партнеру, имея при этом нетрудоспособную мать, то она, независимо от воли умершего, получит в наследство половину от всего завещанного имущества. Если же у умершего оставался еще и несовершеннолетний ребенок, то он со своей бабушкой также получил бы не более 50% от всего наследства, но уже на двоих. Таким образом, оставляя своему партнеру в наследство все имущество, умерший обеспечивает ему не менее половины наследства, независимо от того, сколько нетрудоспособных родственников будет претендовать на свою обязательную долю – между ними разделят не более половины всего наследства.

Следует помнить, что в состав наследства входят не только имущественные права, но и обязанности наследодателя, которые он имел на момент открытия наследства и которые не прекратились вследствие его смерти (ст. 1218 ГКУ). Например, если на умершем оставался невыплаченный кредит, то наследодатели наследуют и обязательство по его выплате.

Также важно знать, что завещание составляется в письменной форме согласно требованиям действующего законодательства, подписывается лично завещателем и заверяется нотариально (ст. 1247 ГКУ). Подробно о наследовании можно прочитать в гл. 84 ГКУ.

## **Право на ведение совместного быта**

Для согласования прав и обязанностей по ведению совместного хозяйства в однополой семье может подойти договор о совместной деятельности (ст. 1130 ГКУ). В соответствии с таким договором стороны (в нашем случае – однополые партнеры) обязуются совместно действовать без создания юридического лица для достижения определенной цели, которая не противоречит закону. Такая совместная деятельность может осуществляться как на основе объединения вкладов (простое товарищество), так и без их объединения. Кстати, вкладом, согласно ст. 1133 ГКУ, считаются не только материальные средства (имущество, деньги), но и нематериальные ценности (профессиональные и др. знания и навыки, а также личная репутация и связи). Например, если один из партнеров занимается домашним хозяйством, то этот труд и будет его вкладом. Как и любой другой труд его можно измерять в денежном эквиваленте.

В таком договоре можно прописать абсолютно все аспекты совместного быта и условия его ведения. Договор о совместной деятельности составляется в письменной форме и подписывается обоими партнерами. Подробно о совместной деятельности можно прочитать в гл. 77 ГКУ.

## **Право не давать показания против себя, членов семьи и близких родственников**

Статья 63 Конституции Украины гарантирует право не давать показания относительно членов семьи или близких родственников, круг которых определен законом. В гражданском и уголовном процессах это исчерпывающий список близких родственников (ст. 52 Гражданского-процессуального кодекса

Украины и п. 3 ст. 66 Уголовно-процессуального кодекса Украины). Таким образом, согласно украинскому законодательству, партнеры в однополых семьях не обладают важным конституционным правом, которым обладают мужчина и женщина, состоящие в законном браке.

Кроме того, однополые партнеры ограничены в праве посещать близкого человека, оказавшегося в больнице или местах лишения свободы.

### **Право на усыновление**

Согласно п. 3 ст. 211 СКУ, усыновителями не могут быть лица одного пола.

Хотя Украина и ратифицировала Европейскую конвенцию об усыновлении детей, которая, среди прочего, предполагает усыновление однополыми партнерствами, она сделала это с одной оговоркой, касающейся именно этого пункта, отказавшись его выполнять.

Вместе с тем в Украине разрешено усыновление одиноким лицам (п. 1 ст. 211 СКУ) при условии соблюдения действующего законодательства в этой сфере. Т.е. один из однополых партнеров может усыновить ребенка и воспитывать его вместе с партнером. Однако следует помнить, что это обстоятельство, в случае его выявления, может служить основанием для ограничения его/ее родительских прав в дальнейшем. Кроме того, в случае смерти партнера-усыновителя второй партнер не будет иметь никаких прав на воспитание фактически совместного ребенка.

## Дискриминация однополых пар в Украине

<i>Некоторые аспекты отношений</i>	<i>Супруги (только для мужчины и женщины)</i>	<i>Разнополые пары, не состоящие в браке, но проживающие одной семьей</i>	<i>Однополые пары, не состоящие в браке, но проживающие одной семьей</i>
Фактическое совместное проживание	+	+	+
Ведение совместного хозяйства	+	+	+
Взаимные права и обязанности на общечеловеческом уровне	+	+	+
Взаимные права и обязанности на юридическом уровне	+	+	-
Институт брака со всеми преференциями, которыми обладают супруги по сравнению с теми, кто не состоит в браке	+	могут вступить в брак	-
Институт регистрируемого гражданского партнерства	нет необходимости	-	-
Имущество, совместно нажитое партнерами, принадлежит им на праве общей совместной собственности	+	+	-
Один из партнеров имеет право на содержание и уход со стороны другого партнера в случае потери трудоспособности	+	+	-
Право на усыновление ребенка	+	+	-
Право на особые (льготные) условия наследования имущества	+	-	-
Право не свидетельствовать против своего партнера в уголовном процессе	+	-	-

Несмотря на отмену уголовного преследования за секс по обоюдному согласию между взрослыми мужчинами еще в 1991 году, украинское государство до сих пор игнорирует факт существования однополых семей и подвергает их дискриминации, безоснновательно лишая своих граждан целого ряда прав, которыми обладают лица иной сексуальной ориентации в сходном положении. Разумным, на наш взгляд, способом решения этих проблем могло бы послужить введение в Украине института регистрируемого партнерства для всех. Таким образом, разнополые пары, не желающие вступать в брак, или однополые, не имеющее возможности этого сделать, смогли бы урегулировать целый спектр имущественных и неимущественных вопросов в отношениях между собой и с государством.



## ОДНОПОЛЫЕ ПАРТНЕРСТВА: ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ

**Существует много мнений относительно того, какой тип отношений наиболее приемлем в гомосексуальных парах, однако единого ответа не существует.**

Любые межличностные отношения так или иначе затрагивают эмоциональную сферу и строятся по индивидуальному сценарию, будь то знакомство, дружба или любовная связь. При этом всегда присутствуют взаимные обязательства, нормы и правила взаимодействия.

Все общественные институты – семья, школа, церковь – утверждают, что единственно правильный выбор – это моногамные отношения. И действительно, многие гетеро-, гомо- и бисексуальные люди выбирают для себя именно эту форму взаимодействия.

При этом мужчины и женщины имеют право заключить брак, а любые формы официальных союзов для однополых пар законодательством Украины не предусмотрены. Бракосочетание дает гетеросексуальным парам ряд преимуществ, которыми на данный момент, к сожалению, не могут воспользоваться однополые пары, и они остаются невидимыми на государственном

уровне. Брак – это не только юридическая, но и социальная форма отношений, с помощью которой государство регулирует интимную, супружескую, бытовую, морально-нравственную и другие сферы взаимодействия между двумя людьми.

Однако, несмотря ни на что, гомо- и бисексуальные люди создают различные формы отношений, которые часто функционируют и развиваются по другим законам и правилам. Ведь в данном случае нет четкого распределения ролей, нет «правильных» моделей поведения – каждая семья вырабатывает свою собственную форму взаимодействия. Например, в одной из первых книг о гомосексуальных отношениях, изданных на постсоветском пространстве, — «Жизнь в розовом цвете. Однополая семья о себе и не только...», Елена Лацци и Марина Канторова говорят о том, что *«... все хозяйствственные вопросы решаются объективно: кто может, кто хочет, кому меньше лень, тот все и делает»*.

К сожалению, в Украине не так много исследований, посвященных проблематике однополых партнерств. В одном из последних, организованном ОО «Инсайт» в 2011 году, были проведены глубинные интервью с семьёй ЛГБТ-парами из разных регионов Украины, идентифициирующими себя как «семья» и понимающими под этим эмоциональную близость, любовь, крепкие дружеские отношения, «семейный очаг», доверие и ответственность, а также совместное проживание и ведение общего хозяйства. Большинство опрошенных пар стремятся к демонстрации «идеальности» своих отношений, ведь если возникают определенные проблемы, то «правильность» гомосексуальных отношений сразу же ставится под сомнение.

Так как существует слишком много сексуальных запретов, обвинений, попыток контроля интимной и личностной сферы жизни людей, представителям ЛГБТ-сообщества приходится не только защищать право быть самими собой, но и отвоевывать право на построение желаемой формы отношений. Однако нужно помнить о том, что речь идет о личной жизни, и то, насколько партнеры счастливы в тех или иных отношениях – могут определить только те люди, которые в них находятся.

В украинском обществе существует несколько широко распространенных мнений о гомосексуальных партнерствах. Одно из них говорит, что «*все ЛГБТ-люди стремятся к созданию традиционных нормальных моногамных семей*», другое – что «*все представители ЛГБТ-сообщества не в состоянии создать устойчивый союз и часто меняют партнеров*». Однако оба эти утверждения не отображают полной картины. Как в гетеросексуальных, так и в гомо-/бисексуальных партнерствах наряду с традиционными союзами все чаще наблюдаются альтернативные формы отношений без официальной регистрации.

Многие молодые люди не готовы вступать в серьезные, длительные отношения, и именно это обусловило появление такой формы союза, как **«пробный брак»** – временное совместное проживание партнеров, которое может помочь решить множество вопросов для пары, планирующей жить вместе. Прежде всего это проверка на психологическую, бытовую и интимную совместимость в естественных условиях: быт, уборка и приготовление пищи, ежедневное общение, финансовые проблемы...

Такое партнерство учит брать на себя определенные обязательства друг перед другом, а также позволяет проверить себя на возможность быть «семьей», заботиться о другом человеке, отвечать за свои действия и поступки перед ним/ней. Как правило, успешный пробный брак перерастает в постоянный, а дисгармоничный – приводит к расставанию.

Кроме того, гомо- и бисексуальные люди могут использовать моногамный **«визитный»** или **«гостевой» брак**, в котором партнеры проживают раздельно. Такое решение может зависеть от внешних или внутренних обстоятельств – нет подходящей жилплощади, частые командировки, партнеры живут в разных городах или странах и пока не могут быть вместе, имеют специфические, например творческие, профессии (художник, музыкант, писатель, актер), мешающие совместному проживанию.

В последнее время популярной становится **полиаморная форма отношений** – система взглядов на любовь, допускающая возможность отношений одного человека с несколькими партнерами одновременно с согласия и одобрения всех участников таких отношений. Сторонники полиамории утверждают, что множество людей находится в иллюзии счастливых моногамных отношений, ограничивая и сдерживая свое внутреннее стремление к познанию и развитию, при этом оставаясь несчастными. Отношения полиамории подталкивают всех партнеров союза к развитию и ответственному отношению друг к другу. Здесь нет места ревности и эгоизму, основа – это любовь, взаимоуважение, честность, доверие и ответственность.

Кроме того, многие пары (вне зависимости от сексуальной ориентации) выбирают для себя так называемый открытый брак – особое мировоззрение, исключающее такие понятия, как физическая измена и возникающая вследствие этого вина. Это свобода сексуальных контактов каждого из партнеров, которые не трактуются другим как предательство. «Участники» такого союза перестают исповедовать приверженность одному партнеру и могут иметь неограниченное количество сексуальных партнеров, оставаясь при этом любящей парой. Они четко

разделяют физическую привязанность, периодически испытываемую к различным партнерам, и чувства, которые они испытывают друг к другу. Вопросы профилактики ВИЧ/ИППП и безопасного секса в этом случае играют одну из первостепенных ролей.

Хотя этот список не является исчерпывающим, он позволяет увидеть, насколько разнообразными могут быть отношения между людьми, и вопрос сексуальной или гендерной идентичности здесь не играет роли.

**Вне зависимости от того, какую форму партнерства выбирают гомо- и бисексуальные люди, их межличностные отношения могут носить самый разный характер.**

И в данном случае наибольшее влияние на характер отношений будут оказывать такие личностные особенности, как самооценка, темперамент, опыт предыдущих отношений и другие характеристики.

Одной из наиболее известных стратегий взаимодействия в общении является классификация межличностных отношений по Е. Л. Доценко, в которую входят содружество, партнерство, соперничество, манипуляция и доминирование.

**Содружество** – отношение к партнеру, как самостоятельной полноценной личности. Каждый партнер ощущает и осознает свою индивидуальность, каждый видит и учитывает интересы другого и сохраняет свое пространство и свои интересы. Люди стремятся быть рядом потому, что им хорошо вместе, а не из-за того, что им друг без друга плохо, спокойно, однако, переживая разлуку или одиночество. Объединение, совместная деятельность для достижения близких целей – их главная цель.

**Партнерство** – отношение к партнеру как к равному. Отношения в данном случае рассматриваются как единая и целостная система. Это уважение и признание ценности партнеров и их мнения, интерес друг к другу, наличие общей цели, диалог как форма контакта, договор о взаимодействии, включающий понимание и соблюдение собственных прав и прав партнера, а также разделение ответственности.

**Соперничество** – способ постоянного самоутверждения и самоидентификации. В таких отношениях, как правило, допускается признание факта воздействия, но цели скрываются. Интересы другого партнера учитываются в той мере, в какой это диктуется задачами борьбы с ним. Соперничество заставляет сравнивать: что есть у одного партнера, а что – у другого. Появляются оценочные суждения: кто в чем лучше или хуже. Такие отношения деструктивны и делают несчастными обоих партнеров.

**Манипуляция** – психологический прием, целью которого является принуждение человека, вопреки его интересам, выполнить какие-либо действия. Как правило, это провокации, обман, интриги, намеки. Чаще всего манипулятор стремится к тому, чтобы партнер сам захотел сделать то, чего от него требуют. Именно поэтому в таких отношениях сложно идентифицировать, что именно приносит страдания.

**Доминирование** – разновидность общения при котором отношение одного партнера к другому может характеризоваться как собственническое или является средством достижения каких-то своих целей. При этом его интересы и намерения игнорируются. Присутствует открытое императивное воздействие – от насилия, подавления до навязывания. Часто это может быть связано с разницей в возрасте, «принимающей» или «владеющей» ролью в интимных отношениях либо социальному/имущественному статусе. В таких отношениях один из партнеров практически постоянно пребывает в роли «жертвы».

В целом гомо- и бисексуальные партнерства в социально-психологическом плане сталкиваются с теми же проблемами, что и гетеросексуальные: измены, ревность, обиды, ссоры, непонимание, отсутствие доверия, несоответствие ролевых установок и согласованности, проблемы на работе, взаимоотношения с родными, нехватка денег, кризисы и другие сложности. Иногда неурядицы разрешаются очень быстро, иногда – становятся непреодолимым препятствием.

Несколько лет назад МБФ «Альянс общественного здоровья» совместно с Общественной организацией «Ассоциация ЛГБТ «ЛИГА» инициировал создание Сети психологов/психотерапевтов, работающих с МСМ/ЛГБТ в Украине. И сейчас в больших городах во многих ЛГБТ-организациях и профилактических проектах для мужчин, практикующих секс с мужчинами, работают профессиональные психологи, которые могут помочь разрешить как личностные, так и межличностные трудности.

Психолог – это не врач, не судья и не «вершитель судеб», это квалифицированный специалист в области психологического здоровья. Нет ничего постыдного в том, чтобы получить консультацию психолога – люди не боятся и не стесняются обращаться к профессионалам в других ситуациях. Ведь далеко не все могут самостоятельно починить проводку или удалить себе большой зуб. А душевное состояние – система намного более сложная, и попытки «починить» ее своими силами могут привести к очень печальным последствиям.

Консультация психолога нужна тем, кто ответственно и серьезно относится к своему психо-эмоциальному здоровью, тем, кто хочет улучшить качество своей жизни, раскрыть свой потенциал и найти новые ресурсы, решить какую-то проблему и научиться лучше понимать себя и окружающих. Ведь внутренняя гармония позволяет выстраивать счастливые межличностные отношения.



## ФИЗИЧЕСКОЕ И СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ОДНОПОЛЫХ ПАР

Когда речь заходит о здоровье, чаще всего говорят исключительно о физическом самочувствии, не учитывая факторы, которые влияют на состояние человека помимо его воли: наследственность, внешняя среда и природно-климатические условия, качество медицинского обслуживания, законодательство конкретной страны в отношении ЛГБТ-пар.

Эти и ряд других факторов будут влиять на качество жизни представителей ЛГБТ-сообщества и во многом определять образ жизни однополой пары:

- **доходы;**
- качество **питания** (калорийность и разнообразие продуктов);
- здоровый **сон**;
- физическая активность (**спорт**);
- баланс **работы и отдыха**;
- наличие или отсутствие вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем или наркотиками);
- комфорт **жилища**;

- качество, соответствие сезону, а также модность **одежды и обуви**;
- качество и доступ к услугам **здравоохранения**;
- качество и наличие **социальных услуг для данной социальной группы**;
- качество **образования**;
- качество **культуры** (издание книг, журналов, производство фильмов и т.д.);
- качество **сферы обслуживания**;
- качество **окружающей среды**;
- **наличие или отсутствие детей**;
- **взаимоотношения** с друзьями, родственниками, коллегами;
- **безопасность** (число зарегистрированных преступлений) и т.д.

Каждый из этих показателей может положительно или отрицательно отражаться на качестве жизни представителей ЛГБТ-сообщества и влиять на состояние не только физического, но и психо-эмоционального здоровья. Большинство из них не имеют серьезных проблем со здоровьем, ведут умеренно активный образ жизни, заботятся о своем здоровье и благополучии. Но некоторые проблемы все же доминируют именно среди представителей ЛГБТ-сообщества.

Результаты проведенных в разных странах исследований показали, что они чаще страдают **депрессией и беспокойством**, причиной чему могут быть:

- предубеждения общества;
- неприятие или отвержение со стороны семьи;
- злоупотребление психотропными или химическими веществами;

- неравное отношение со стороны самого сообщества гомофобия, лесбофобия, бифобия, трансфобия, мизогиния, сексизм, расизм и другие формы ксенофобии внутри сообщества;
- подверженность большему риску стать жертвой насилия и преступлений на почве ненависти и т.д.

Кроме того, стресс, низкая самооценка, тревога, связанная с сокрытием своей сексуальной ориентации, могут стать причиной вредного для здоровья поведения, и часть проблем со здоровьем будет связана именно с этим фактом.

Что касается сексуального здоровья, то все зависит от решения каждого человека заботиться о себе, своем партнере и от того, насколько доверительными и открытыми являются отношения, могут ли партнеры обсуждать табуированные темы и выражать свои пожелания в вопросах безопасного секса.

Обсуждение медицинских аспектов взаимоотношений среди МСМ (мужчин, практикующих секс с мужчинами), как правило, ограничивается вопросами профилактики ВИЧ/СПИДа и других инфекций, передающихся половым путем (ИППП).

В то же время относительно ЖСЖ (женщин, занимающихся сексом с другими женщинами) бытует миф, что они не могут заразиться инфекциями, передающимися половым путем. На самом деле лесбиянки и бисексуальные женщины могут заразиться венерическими болезнями различными способами:

- контакт вагинальных жидкостей;
- менструальная кровь;
- совместное использование сексуальных игрушек;
- секс с партнерами-мужчинами без презерватива.
- кожный контакт;
- контакт слизистых оболочек (например, при контакте слизистой оболочки рта с влагалищем);

Риск заражения вирусами гепатитов, ВИЧ и другими ИППП зависит исключительно от сексуального поведения, а не от сексуальной ориентации человека: количества сексуальных партнеров (постоянных и/или случайных), состояния здоровья каждого партнера, частоты сексуальных контактов, от тех практик и техник, которые используются в сексе, но главное – от того, придерживаются ли партнеры принципов безопасного секса вне зависимости от того, с человеком своего или противоположного пола он/она вступает в контакт.

Существенно снижает риск инфицирования корректное и регулярное применение барьерных контрацептивов, в том числе и во время орального секса (вагинального и анального) следует пользоваться защитными средствами – будь то специальные латексные салфетки, продающиеся в секс-шопах, или обычный разрезанный презерватив с отрезанным концом.

Если же по каким-либо причинам произойдет разрыв презерватива или случится незащищенный секс, можно использовать дезинфицирующие растворы для экстренной профилактики: мирамистин, хлоргексидин и бетадин. В некоторых случаях возможно назначение профилактического лечения, в т.ч. антиретровирусного. Однако этот метод ни в коем случае нельзя использовать на постоянной основе.

Во время секса следует помнить о защите рук и обязательно использовать перчатки из полиэтилена или латекса при стимуляции ануса и/или влагалища либо обычный презерватив. Также необходимо менять перчатки/презерватив при смене органа стимуляции. При анальном сексе всегда пользуйтесь лубрикантом (интимная гель-смазка на водной основе). Это позволит максимально защитить слизистую оболочку, предотвратить

появление микротрецчин и раздражения, через которые проникает инфекция, а также существенно снизить болевые ощущения и повысить комфорт. И ни в коем случае нельзя использовать вместо лубриканта на водной основе вазелин, масла или жирные крема, так как они разрушают латекс.

А презервативы и лубриканты можно бесплатно получить в общественных организациях, предоставляющих услуги представителям ЛГБТ-сообщества.

Кроме того, многие пары используют сексуальные игрушки или практикуют специфические сексуальные практики, в которых используются всевозможные атрибуты. В данном случае все изделия обязательно должны быть обработаны антисептиком и вымыты теплой водой с мылом (не кипятком!). А на сексуальные игрушки следует надевать презерватив и менять его после каждого партнера.

Каждый человек обладает абсолютно индивидуальной микрофлорой. Во время секса без барьерных средств (презервативы, перчатки, лубриканты) партнеры обмениваются микроорганизмами, которые присутствуют в их сперме, крови, влагалищных выделениях, слюне, анусе, на слизистых половых органов и рта. Как следствие, очень высок риск появления всевозможных заболеваний. Именно поэтому использовать презервативы нужно не только со случайными, но и с постоянными сексуальными партнерами.

Кроме того, забота о себе и своем партнере должна проявляться не только в безопасных сексуальных практиках, но и правильном использовании повседневных предметов: нательное белье, бритвенные станки, книпсеры и ножнички для ногтей, щипцы и триммеры для удаления волос, зубные щетки, мочалки, полотенца и другие средства личной гигиены должны быть сугубо индивидуальными.

Существует принципиальная разница между инфекциями и болезнями, передающимися половым путем (ИППП/БППП). Главное – «болезнь» всегда проявляется какими-то симптомами (болит, чешется, отекает, краснеет, выделяется, высыпает и т.д.), инфекция же может протекать бессимптомно, скрыто, поэтому ее можно просто не заметить. Чувствуя себя абсолютно здоровым, такой человек не обращается к врачу, не лечится, а значит остается источником заражения.

ИППП/БППП вызываются различными микроорганизмами:

- бактериями (гонорея, сифилис, хламидиоз, контагиозный моллюск);
- вирусами (гепатиты А, В, С, ВИЧ-инфекция, генитальный герпес, остроконечные кондиломы);
- грибками (кандидоз);
- простейшими (трихомониаз);
- паразитами (аскаридоз и энтеробиоз – остицы);
- клещами (чесотка);
- насекомыми (педикулез – лобковые вши).

### **Для их лечения применяют разные препараты.**

Представителям ЛГБТ-сообщества часто приходится сталкиваться с проявлениями гомофобии в медицинских учреждениях, где бытуют неуместные, бес tactные расспросы, предположения о том, что все люди априори гетеросексуальны, нравственные поучения и наставления или откровенный отказ предоставить услуги. Важно помнить о том, что **при различных заболеваниях симптомы могут быть практически одинаковыми. Только врач может поставить правильный диагноз и назначить соответствующее и своевременное лечение.** А сексуальные партнеры должны проходить курс лечения одновременно, в противном случае они будут поочередно заражать друг друга.

Поэтому, заботясь о своем здоровье, следует выполнять следующие рекомендации:

- найти медицинское учреждение и специалистов, которым можно рассказать о своей сексуальной ориентации и которые будут учитывать Ваши потребности и особенности;
- регулярно проходить профилактические осмотры (один раз в год) у специалистов – уролога, проктолога, андролога – для мужчин и маммолога, гинеколога – для женщин, а также ПАП-тест на раннее обнаружение изменений шейки матки (каждые 2 года);
- отдавать предпочтение исключительно безопасным сексуальным практикам;
- придерживаться сбалансированной диеты;
- употреблять алкоголь в умеренных количествах;
- постараться вести максимально активный образ жизни;
- пробовать и искать различные методы борьбы со стрессом;
- в случае насилия в близких отношениях обязательно обращаться за помощью.

Следует помнить, что профилактика лучше, чем лечение, а Ваше физическое и сексуальное здоровье зависит от тех решений, которые Вы принимаете ежедневно по отношению к себе и своему партнеру.